

ASBA

Athlétisme Saint Barthélemy d'Anjou
1 Rue François Mauriac
49124 SAINT BARTHÉLEMY D'ANJOU
E-mail : asba.49124@gmail.com
Site : <http://www.stbarthelemy-athle.com>



HORAIRES DES ENTRAÎNEMENTS 2021-2022

• La Marche nordique :

Assurée par Marion Hérault (responsable), Jackie Ogereau, Alain Hérault

- 1) Lundi de 18H15 à 19H45.
- 2) Mercredi de 9H30 à 11H.
- 3) Vendredi de 9H30 à 11H.
- 4) Samedi de 9H à 11H.

• La PPG (préparation physique généralisée) et Musculation :

Assurée par Marion Hérault **PPG** et Paul Rabu **Musculation** (salle de la Venaiserie).

PPG :

- 1) Lundi de 19H30 à 20H15 PPG pour les athlètes ATHLE COMPETITION et RUNNING.
- 2) Vendredi de 19H00 à 20H30 PPG pour tous les licenciés.

Musculation :

- 1) Lundi de 9H30 à 11H30.

• Le PILATES :

Assuré par Marion Hérault (salle de la Venaiserie).

- 1) Lundi de 20H15 à 21H00.
- 2) Vendredi de 18H00 à 18H45.

• L'ECOLE ATHLETISME :

Assurée par Marion Hérault, Dominique Gaudin, Manirou Dembelé, Marc Gasnot, Sylvain Pavie

- 1) Mercredi de 14H30 à 16h00 Eveil ATHLE et POUSSIN(E)S.
- 2) Mercredi de 16H30 à 17H15 BABY ATHLE.
- 3) Mercredi de 17H30 à 19H30 BENJAMIN(E)S et MINIMES.
- 4) Vendredi de 18H à 19H30 catégories EVEIL ATHLE, POUSSIN(E)S, BENJAMIN(E)S et MINIMES (Dominique Gaudin, Manirou Dembelé, Sylvain Pavie, Marc Gasnot).

• Entraînements Adultes :

Assurés par Catherine Roselet, Bruno Ménard, Noël Jan, Dominique Gaudin, William Mendy, Franck Génard, Christophe Joulain, Christian Thomas, Sylvain Pavie, Alain Mauger, Jacky Lefort, Raphael Buck.

- 1) Mardi et Jeudi de 18H30 à 20H **RUNNING** et **COMPETITION** toutes disciplines catégories CADET(TE)S à MASTERS.
- 2) Jeudi 18H30 à 20H **Accompagnement RUNNING** catégories Seniors et Masters (Marion Hérault).
- 3) Mercredi de 18h15 à 19h30 **Footing** et **Technique** de Course (Dominique Gaudin, Manirou Dembelé).



Siège Social

ASBA
Athlétisme Saint Barthélemy d'Anjou
Village Pierre Rabhi
Place des droits de l'homme et du citoyen
49124 SAINT BARTHÉLEMY D'ANJOU

